

Formación de la personalidad

SER TIRA P'ARRIBA

[Revista Nro.98 Por Isabel Larraín C.

Aunque muchos piensen que es una condición natural, el optimismo se enseña. Adquirirlo permite sortear con serenidad las dificultades de la vida.

Gustavo Zerbino era un hombre joven, fuerte y atlético. Al fin y al cabo era rugbista y formaba parte del prestigioso equipo uruguayo Old Christians. Pero cuando el avión que lo traía a él y a sus compañeros a Chile se cayó hace 30 años en la cordillera de Los Andes, no fue su rudeza lo que lo ayudó a sobrevivir. Fue su optimismo. "Logramos salir, relata, porque nos acostumbramos a vivir preparados para lo peor, pero esperábamos lo mejor. Así que aceptábamos lo que teníamos y no nos fijábamos en los problemas y en las excusas para no hacer nada". Y se convirtió en uno más de los héroes que protagonizaron la tragedia relatada en el libro y la película ¡Viven!

Según David Isaac, autor de La educación de las virtudes humanas, un optimista obtiene lo mejor de cada situación con realismo. Evalúa -sin fantasías- lo que tiene delante de sí, sopesa las dificultades y planea cómo sortearlas e incluso cómo sacarles partido. Un verdadero optimista no es un soñador, aquél que nunca mide los obstáculos; los ve, pero no se queda atrapado en ellos. Es capaz de captar el vaso "medio lleno", en vez de "medio vacío".

A ser positivo sabemos por experiencia que se aprende, pero además, hay que tener en cuenta que cada niño tiene su propio carácter, lo que hará más fácil o más difícil adquirir ese hábito. A partir del temperamento que traiga consigo cada hijo, los padres pueden ayudar a crecer a una persona positiva, resuelta. ¿Cómo? Poniendo las bases sobre las que se asienta el verdadero optimismo:

> Realismo: Una visita al médico es una buena ocasión para enseñar a un niño de esta edad a ser realista: si se quebró una mano, no podemos prometerle que no le dolerá ni que el doctor será capaz de curarlo mágicamente. Sí se le puede decir que se trata de un buen facultativo que pondrá los medios adecuados para sanarlo; que es posible apaciguar el dolor y que, una vez enyesado, le dejará de molestar. ¡Ah, y que con ese brazo será el bacán de la clase!

El realismo es fundamental para que el optimista evalúe su situación y los medios con que cuenta y logre sacar partido de lo que le vaya tocando en la vida. Sin esta condición, el optimismo puede llegar a convertirse en imprudencia, locura, o descontrol.

> Confianza: Un optimista confía en sí mismo -conoce con realismo sus capacidades-, pero necesariamente sabe que, en ocasiones necesita la ayuda de otros y la pide. Las tareas se prestan especialmente para que un niño aprenda a medir lo que puede hacer solo y a aceptar la guía de sus padres cuando se da cuenta de que ya no puede más. Hacerle las tareas a un hijo, por ejemplo, es la mejor forma de volverlo inseguro, de evitar que conozca sus limitaciones y de que no valore la ayuda de los demás. El precio es que puede crecer ingenuo -itodo es tan fácil!-, sin darse cuenta de que no es él quien las hace; o soberbio -es lógico que todos lo atiendan a él y que su trabajo sea siempre perfecto- .

Un niño mimado, al que se le da todo hecho y cuyas necesidades están resueltas al instante, crecerá inseguro y, en consecuencia, pesimista. Llegado el momento de la verdad, no tendrá fuerzas para sacar adelante lo que debe hacer solo: cualquier desafío le parecerá imposible de superar y no conocerá cuáles son las herramientas a las que hay que echar mano para solucionar el tema. Por eso, hay que ayudar a los hijos a que resuelvan sus problemas por sí mismos, aprovechando todas sus capacidades, pero apoyándolos con cariño y paciencia.

> Saber fracasar: Quien no conoce el fracaso por exceso de protección paternal o por ser realmente muy talentoso puede llegar a tener una excesiva confianza en sí mismo que lo lleve a ser un imprudente. Aquél que se equivoca al evaluar los obstáculos o los minimiza creyéndose capaz de solucionar todo, pero sin tomar las precauciones necesarias. Por eso los padres tendrán que enseñar a sus hijos a distinguir lo importante de lo secundario y a aceptar que el fracaso y el desengaño forman parte de la vida y que no pueden determinar el comportamiento futuro. Quedar fuera de una invitación de cumpleaños o una mala nota a pesar de que estudió, son buenos momentos para explicar la importancia relativa de las cosas. Además, son ocasiones para enseñarle a ver lo positivo que se puede extraer de cada ocasión -incluso de las aparentemente malas- y de lo vital que es aprender a levantarse siempre y poner los medios adecuados para salir adelante. Es importante señalar siempre el fin, para que el niño entienda que sus actos trascienden más allá de lo inmediato: por ejemplo, si estudió, a pesar de haberse sacado una mala nota, cumplió con su obligación y fue responsable, características que lo acompañarán toda la vida, mientras que la mala nota pasará al olvido.

Se es pesimista cuando:

> Critica todo lo que tiene a su alrededor: El profesor es una lata, la comida de la casa

pésima, los amigos siempre lo molestan, nadie lo considera, las tareas que le mandan son demasiado exigentes...

> **Nunca reconoce los méritos ajenos:** Ni los de sus padres, profesores, amigos. Le parece obvio que todo el mundo lo acompañe y ayude. En el fondo, además de regalón, tiene pánico de hacer las cosas por sí solo.

> **Agranda los obstáculos** -¡es imposible aprender a andar en bicicleta!- y no sabe poner los medios para salir adelante. Uno de ellos es perseverar, aunque se haya caído varias veces.

> **Sueña con emprender grandes hazañas que nunca concreta en la realidad:** "Este sábado voy a subir un cerro en la moto de mi hermano", pero no ha querido aprender a andar en bicicleta.

> **Se desanima con mucha facilidad y deja lo que está haciendo si se le presenta un problema:** No se cree capaz de resolver las dificultades y opta por la salida fácil, que es arrancar.

Tomado de www.hacerfamilia.net